نماز میں دل کی حفاظت

حضرت مولانا مفتی عبدالرؤف صاحب سکھروی مدظلہم

ضبط و ترتیب
محمد عبداللہ میمن

میمن اسلامک پبلشرز
۱۸۸/۱، لیاقت آباد، کراچی ۱۹

مقام خطاب : جامع مسجد بیت المکرم
گلشن اقبال کراچی

وقت خطاب : بعد نماز عصر تا مغرب

اصلاحی بیانات: جلد نمبر: ۲

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

نماز میں دل کی حفاظت کیجئے

الحمد للّٰہ نحمده ونستعينه ونستغفره و نؤمن به ونتوكل عليه، ونعوذ باللّٰہ من شرور انفسنا ومن سيات اعمالنا، من يهده اللّٰہ فلا مضل له ومن يضلله فلا هادي له، ونشهد ان لا اله الا اللّٰہ وحده لاشريك له، ونشهد ان سيدنا وسندنا ومولانا محمداً عبده ورسوله، صلى اللّٰہ تعالى عليه وعلى أله واصحابه وبارك وسلم تسليماً كثيراً كثيرا۔

اما بعد!

فاعوذ باللّٰہ من الشيطن الرجيم۔ بسم اللّٰہ الرحمن الرحيم
﴿ولقد آتينا لقمٰن الحكمة ان اشكر لله ومن يشكر فانما يشكر لنفسه ومن كفر فان الله غني حميد ۞﴾ (سورۃ لقمان: ۱۲)

تمہید

میرے قابل احترام بزرگو! جو آیت میں نے تلاوت کی ہے، یہ سورۂ لقمان کی آیت ہے۔ اس آیت کی تفسیر میں سحبان الہند حضرت مولانا احمد سعید صاحب دہلوی رحمۃ اللہ علیہ نے حضرتِ لقمان علیہ السلام کا ایک عجیب و غریب قول نقل فرمایا ہے، اس وقت اسی قول کی تشریح اور وضاحت کرنا مقصود ہے۔

اس قول میں حضرت لقمان علیہ السلام فرماتے ہیں: میں نے چار ہزار پیغمبروں کی خدمت کی ہے، اور ان کی صحبت میں رہا ہوں، اور ان کی تعلیمات سے فیض یاب ہوا ہوں، اور ان کے ارشادات سنے ہیں، ان تمام انبیاء علیہم السلام کی تعلیمات اور

ارشادات میں سے آٹھ باتیں میں نے خلاصے کے طور پر حاصل کی ہیں، گویا یہ آٹھ باتیں ان کی تمام تعلیمات اور ارشادات کا خلاصہ ہیں:

آٹھ باتیں

(۱) پہلی بات یہ ہے کہ جب تم نماز میں ہو تو اپنے دل کی حفاظت کرو۔
(۲) دوسری بات یہ ہے کہ جب تم دستر خوان پر ہو تو اپنے حلق کی حفاظت کرو۔
(۳) تیسری بات یہ ہے کہ جب تم لوگوں کے درمیان بیٹھو تو اپنی زبان کی حفاظت کرو۔
(۴) چوتھی بات یہ ہے کہ جب کسی کے گھر میں جاؤ تو اپنی نظر کی حفاظت کرو۔
(۵) پانچویں بات یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کو ہمیشہ یاد رکھو۔
(۶) چھٹی بات یہ ہے کہ موت کو ہمیشہ یاد رکھو۔
(۷) ساتویں بات یہ ہے کہ جب تم کسی کے ساتھ اچھا سلوک اور احسان کرو تو احسان کرنے کے بعد اس کو ہمیشہ کے لئے بھول جاؤ۔
(۸) آٹھویں بات یہ ہے کہ جو شخص تمہارے ساتھ کوئی بدسلوکی کرے، تمہیں تکلیف اور ایذاء دے تو اس کو بھی ہمیشہ کے لئے بھول جاؤ۔

یہ آٹھ باتیں ہیں جن کو حضرت لقمان علیہ السلام نے چار ہزار انبیاء علیہم السلام کی صحبت میں رہ کر حاصل کی ہیں اور جو ان کی تعلیمات کا نچوڑ ہیں اور یہ باتیں اسلامی تعلیمات کا بھی نچوڑ اور لب لباب ہیں اور ان باتوں کی ہمارے دین میں بھی بڑی تاکید اور ترغیب دی گئی ہے۔ یہ باتیں اگر ہمارے ذہن میں بیٹھ جائیں اور ہمارے عمل میں آجائیں تو اس کے نتیجے میں ہماری زندگیوں میں انقلاب آجائے۔ ہم سدھر جائیں اور قرآن و سنّت کے مطابق زندگی گزارنے والے بن جائیں۔ اسی لئے اب ان کی وضاحت کی جاتی ہے۔

❶ پہلی بات نماز میں دل کی حفاظت

پہلی بات یہ ہے کہ جب تم نماز میں ہو تو اپنے دل کی حفاظت کرو۔ نماز ہمارے دین کی اہم ترین عبادت ہے، اس کا ایک ظاہر ہے اور ایک باطن ہے، دونوں کو درست کرنا ضروری ہے، اور دونوں کو سُنّت کے مطابق سنوارنا اور بنانا ہماری ذمہ داری ہے، جب تک ہماری نماز کا ظاہر و باطن درست نہیں ہوگا اس وقت تک ہماری نماز مکمل نہیں ہوگی۔ نماز کے اندر کمال آنے کے لئے اور اس کی خوبصورتی کے لئے ضروری ہے کہ اس کا ظاہر بھی صحیح ہو اور اس کا باطن بھی صحیح ہو۔

نماز میں روزے اور زکوٰۃ کی شان

نماز ایک ایسی بنیادی عبادت ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اس میں تمام عبادتوں کی شانیں جمع فرمادی ہیں۔ حکیم الامت حضرت مولانا اشرف علی صاحب تھانوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ اس نماز میں روزے کی شان بھی موجود ہے، روزے کی شان یہ ہے کہ روزہ رکھنے کے بعد کھانا حرام، پینا حرام، جنسی تقاضے پورے کرنا حرام، بالکل اسی طرح نماز کی نیت باندھتے ہی کھانا پینا اور جنسی تقاضے پورے کرنا حرام ہوجاتا ہے۔ اسی طرح نماز میں زکوٰۃ کی شان بھی موجود ہے۔ زکوٰۃ کی شان یہ ہے کہ اس میں اللہ تعالیٰ کے راستے میں مال خرچ کرنا پایا جاتا ہے کیونکہ اللہ تعالیٰ نے ایک مخصوص مقدار زکوٰۃ کے طور پر غریبوں پر خرچ کرنا فرض قرار دیا ہے، اسی طرح نماز کے اندر بھی پیسے خرچ کرنا ضروری ہے، اس لئے کہ نماز کے اندر ستر پوشی فرض ہے، مرد کے لئے ناف سے گھٹنے تک بدن کا حصہ چھپانا نماز میں شرط ہے، اور عورت کے لئے چہرہ اور دونوں ہتھیلیاں اور دونوں پیر کے علاوہ باقی پورا جسم چھپانا نماز میں شرط ہے اور ستر پوشی کے لئے پیسے خرچ کرنا ضروری ہے، پیسے خرچ کئے بغیر کپڑا نہیں ملے گا، لہٰذا نماز کے اندر زکوٰۃ کی شان بھی موجود ہے۔

نماز میں حج کی شان

اسی طرح نماز کے اندر حج کی شان بھی موجود ہے، حج کی شان یہ ہے کہ اس میں بیت اللہ کی تعظیم و تکریم اور اس کا احترام ہے اور اس میں بیت اللہ کی زیارت اور طواف ہے، اسی طرح نماز کے اندر ہر نمازی کو بیت اللہ کی طرف منہ کرنا شرط ہے، چاہے وہ ہوائی جہاز میں نماز پڑھ رہا ہو یا پانی کے جہاز میں، چاہے وہ گاڑی میں نماز پڑھ رہا ہو یا کشتی میں، جب تک وہ قبلہ کی طرف منہ نہیں کرے گا، نماز نہیں ہوگی۔ لہٰذا نماز کے اندر حج کی شان بھی موجود ہے۔

نماز میں اعتکاف کی شان

اسی طرح نماز کے اندر اعتکاف کی شان بھی موجود ہے، اعتکاف کی شان یہ ہے کہ جب معتکف مسجد میں اعتکاف کرلیتا ہے تو پھر مسجد ہی میں رہتا ہے، مسجد سے باہر نہیں جاتا، صرف شرعی ضرورت اور طبعی ضرورت کے لئے باہر جاتا ہے، ورنہ مسجد ہی میں رہتا ہے۔ اسی طرح نمازی نماز کی نیت باندھنے کے بعد نہ وہ عادت کے مطابق چل سکتا ہے، نہ بول سکتا ہے، نہ آنا جانا کرسکتا ہے۔ جس طرح معتکف مسجد میں محبوس ہوجاتا ہے، اسی طرح نمازی جس جگہ پر نماز کی نیت باندھ لیتا ہے اسی جگہ محبوس ہوجاتا ہے، معتکف کو اعتکاف کے دوران پھر بھی مسجد میں چلنے کی اجازت ہوتی ہے، باتیں کرنے کی اجازت ہوتی ہے، لیکن نمازی تو نیت باندھنے کے بعد نہ چل سکتا ہے، نہ باتیں کرسکتا ہے۔ لہٰذا اعتکاف کی شان بھی نماز کے اندر موجود ہے

نماز میں قربانی کی شان

اسی طرح نماز کے اندر قربانی کی شان بھی موجود ہے۔ قربانی کی شان یہ ہے کہ بندہ اس کے ذریعے اللہ تعالیٰ کی عظمت اور اس کی کبریائی کا اظہار کرتا ہے۔ اسی

طرح نماز کے اندر بھی بندہ اللہ تعالیٰ کے سامنے ہاتھ باندھ کر کھڑا ہوتا ہے اور اپنی عزت کو اللہ تعالیٰ کی عظمت کے سامنے قربان کردیتا ہے۔ چنانچہ وہ قیام کے دوران اللہ تعالیٰ کے سامنے ایسی ہیئت کے ساتھ کھڑا ہوتا ہے کہ اس سے زیادہ عاجزی کی ہیئت اور کوئی نہیں ہوسکتی، پھر رکوع میں اللہ تعالیٰ کے سامنے جھک جاتا ہے، پھر سجدہ میں اپنی باعزت پیشانی کو بھی اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں رکھ دیتا ہے، اور اپنی ناک زمین پر رکھ کر اپنی ذلت کا اظہار کرتا ہے اور اپنے اندر سے تکبر اور بڑائی کو نکال دیتا ہے۔ لہٰذا نماز کے اندر قربانی کی روح اور اس کی شان بھی موجود ہے۔ اس لئے یہ نماز اہم ترین عبادت ہے۔ اگر ہماری نماز صحیح ہوجائے اور حضرت لقمان علیہ السلام کی ہدایت پر عمل ہوجائے تو ہماری نماز کے اندر روح پیدا ہوجائے گی اور اس کے نتیجے میں باقی عبادات بھی زندہ ہوجائیں گی۔

عبادات کی تمام اقسام نماز کے اندر ہیں

پھر عبادات کی کئی شکلیں ہیں۔ جیسے فرائض، واجبات، سُنّتِ مؤکدہ، سُنّتِ غیر مؤکدہ، مستحب و مندوب۔ یہ عبادات وہ ہیں جو درجہ بدرجہ ہیں اور ان کے کرنے کا حکم ہے۔ عبادات کی یہ تمام شکلیں نماز کے اندر موجود ہیں۔ چنانچہ نماز میں چھ فرض ہیں، چودہ واجبات ہیں، باون سنّتیں ہیں، جن میں سے اکثر سُنّتِ مؤکدہ ہیں اور کچھ سنّتیں غیر مؤکدہ ہیں، چھ یا سات مستحبات ہیں۔ پھر ایک عبادت ہے ذکر۔ اس کی بہت سی شکلیں ہیں۔ جیسے "سبحان اللہ، الحمد للہ، اللہ اکبر، لا الہ الا اللہ، درود شریف، استغفار، تلاوت قرآن شریف، دعا، یہ سب ذکر کے اندر داخل ہیں"۔ ذکر اللہ کی یہ آٹھوں شکلیں اللہ تعالیٰ نے نماز کے اندر جمع فرمادی ہیں۔ اس سے اندازہ لگائیں کہ نماز کتنی اہم عبادت ہے۔

نماز میں دوسری مخلوقات کی عبادت

انسان کے علاوہ جو دوسری مخلوقات ہیں اور جن کو اللہ تعالیٰ نے مختلف عبادتوں

میں لگایا ہوا ہے، ان کی عبادتوں کو بھی اللہ تعالیٰ نے نماز کے اندر جمع فرمادیا ہے۔ مثلاً فرشتوں کو اللہ تعالیٰ نے مختلف عبادتوں میں لگایا ہوا ہے۔ بعض قیام کی حالت میں عبادت کررہے ہیں، بعض فرشتے رکوع کی حالت میں عبادت کررہے ہیں، بعض فرشتے سجدے کی حالت میں عبادت کررہے ہیں۔ فرشتوں کی ان مختلف عبادتوں کو اللہ تعالیٰ نے ہماری نماز میں جمع فرمادیا ہے۔ چنانچہ ہماری نماز میں قیام بھی موجود ہے، رکوع بھی موجود ہے اور سجدہ بھی موجود ہے۔ نیز فرشتوں کے علاوہ جو دوسری مخلوقات ہیں وہ بھی عبادت میں مشغول ہیں۔ چنانچہ علماء نے لکھا ہے کہ پہاڑ قعدے کی حالت میں اللہ کی عبادت میں لگے ہوئے ہیں، بس یہی ان کی عبادت ہے۔ درخت قیام کی حالت میں اللہ کی عبادت کررہے ہیں، چوپائے رکوع کی حالت میں اللہ کی عبادت کررہے ہیں، اسی طرح رینگنے والے جانور کیڑے مکوڑے سانپ وغیرہ یہ سب سجدہ کی حالت میں اللہ کی عبادت کررہے ہیں۔ انسان کی نماز میں بھی اللہ تعالیٰ نے یہ عبادات جمع فرمادی ہیں۔ اس طرح انسان کی نماز ایک جامع ترین نماز ہے۔

نماز قائم کرنے کا مطلب

اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں تقریباً تیس مقامات پر نماز قائم کرنے کا حکم دیا ہے۔ نماز قائم کرنے کا مطلب اور ہے، اور نماز پڑھنے کا مطلب اور ہے۔ ہم لوگ نماز پڑھتے ہیں لیکن نماز قائم نہیں کرتے۔ نماز قائم کرنے کا مطلب یہ ہے کہ نماز کو اس کے تمام فرائض، واجبات، سنن اور مستحبات اور جملہ آداب کے ساتھ اور مرد کو باجماعت نماز ادا کرنا، اور خواتین کا گھر میں ان تمام امور کی رعایت کے ساتھ نماز پڑھنا نماز کو قائم کرنا ہے۔ لیکن اگر نماز کے اندر ہم صرف فرائض و واجبات کو ادا کرلیں، سنتوں اور مستحبات کا کوئی اہتمام نہ ہو، جماعت سے پڑھنے کا اہتمام نہ ہو، اور صرف اٹھک بیٹھک کرلیں اور جلدی جلدی نماز پڑھ لیں تو یہ نماز قائم کرنا نہیں ہے۔ آج سے ہم اس بات کا اہتمام کرلیں کہ ہماری نمازیں سنّت کے مطابق ہوں گی۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کا گورنروں کے نام فرمان

فاروق اعظم حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ نے اپنے گورنروں کے نام ایک فرمان جاری کیا تھا، وہ مشکوٰۃ شریف کے اندر موجود ہے، وہ فرمان یہ تھا کہ:

"تمہارے تمام کاموں میں میرے نزدیک سب سے اہم چیز نماز کی حفاظت ہے، جس شخص نے نماز کی حفاظت کی تو اس کے بارے میں مجھے اطمینان ہے کہ باقی امور بھی وہ ٹھیک ٹھیک انجام دے گا۔ اور اگر اس نے نماز کو ضائع کردیا اور اس کی حفاظت نہ کی تو نماز کے علاوہ دوسرے کاموں کو اور زیادہ ضائع کرنے والا ہوگا"۔

اس کی تشریح میں حضرات محدثینؒ نے فرمایا ہے کہ نماز کی حفاظت یہ ہے کہ آدمی نماز کو اس کے سنن اور مستحبات کے ساتھ ادا کرے۔ نماز کے فرائض، واجبات، سنن اور مستحبات کے بیان پر کتابیں موجود ہیں، مثلاً حضرت مولانا محمد تقی عثمانی صاحب مدظلہم کی کتاب ہے "نمازیں سنّت کے مطابق پڑھیے" یہ بڑی جامع کتاب ہے، اس میں حضرت مولانا مدظلہم نے تکبیر اولیٰ سے لے کر سلام پھیرنے تک نماز پڑھنے کا طریقہ بیان فرمادیا ہے، اگر ہم اپنی نمازوں کو اس کے مطابق کرلیں تو اس کے اندر فرائض و واجبات، سنن اور مستحبات سب آجائیں گے۔ دوسری کتاب کا نام "کامل طریقہ نماز" ہے، اس میں نماز کے فرائض و واجبات اور سنن و مستحبات کو علیحدہ علیحدہ بیان کردیا گیا ہے اور پھر پورا طریقہ نماز مردوں اور عورتوں کے لئے جدا جدا لکھا گیا ہے۔ تیسری کتاب ہے "نماز کی چند اہم کوتاہیاں" اس کے اندر وہ اہم اہم کوتاہیاں بیان کردی گئی ہیں جن کی طرف توجہ نہ دینے سے ہم نماز قائم کرنے سے محروم ہیں، اس کتاب کو پڑھ کر اس پر عمل کرلیں تو انشاء اللہ ہماری نمازوں میں ٹھہراؤ آجائے گا۔ اس کے علاوہ "خواتین کا طریقہ نماز" نام کا کتابچہ علیحدہ

چھپا ہوا ہے جس میں صرف خواتین کی نماز کے طریقے کو بیان کیا گیا ہے۔ ہمیں چاہئے کہ ان کا مطالعہ کریں اور اپنی اپنی نمازیں درست کریں۔

نماز کے چار اہم ارکان کی درستی

نماز میں چار چیزیں ایسی ہیں کہ اگر ان کے اندر اطمینان کی کیفیت حاصل ہوجائے تو پھر ہماری نماز بہت حد تک درست ہوجائے گی، اس لئے کہ زیادہ تر کوتاہی انہی چار چیزوں میں ہوتی ہے، وہ چار چیزیں یہ ہیں: رکوع، سجدہ، قومہ، اور جلسہ، ان چاروں کی طرف خصوصی توجہ دینا ہمارے لئے لازم اور ضروری ہے۔ ہم خود بھی ان کتابوں کو پڑھ کر اپنی نمازیں درست کریں اور اپنے گھر والوں کی نمازیں بھی درست کرنے کی کوشش کریں، اور جب نماز درست ہوجائیگی تو ہمارے دوسرے اعمال بھی درست ہوجائیں گے، ان کے اندر جان پڑجائے گی، اور خدانخواستہ اگر ہماری نماز بے جان ہوگی تو دوسرے اعمال بھی بے جان ہوجائیں گے

ہماری نماز کی کیفیت

لہٰذا حضرت لقمان علیہ السلام نے یہ جو نصیحت فرمائی کہ نماز کے اندر اپنے دل کی حفاظت کرو، اس سے نماز کے باطن کی طرف اشارہ ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ جس طرح ہماری نمازوں کی ظاہری حالت خراب ہے، اسی طرح ہماری نمازوں کی اندرونی اور باطنی حالت بھی خراب ہے، چنانچہ نیت باندھتے ہی ہمارا ذہن اور دل غائب ہوجاتا ہے، پوری نماز میں شاید ہی کسی وقت یہ خیال آتا ہو کہ ہم نماز پڑھ رہے ہیں، ورنہ سلام پھیرتے وقت ہوش آتا ہے کہ اچھا نماز ختم ہوگئی ہے۔ اسی وجہ سے ہمیں نماز میں بار بار شبہ بھی رہتا ہے کہ معلوم نہیں کتنی رکعتیں پڑھ لیں اور کتنی رکعتیں باقی ہیں۔ یہ نماز سے غائب ہونے کی نشانی ہے، یہ نماز کی باطنی خرابی ہے۔

نماز میں آنے والے وساوس کا علاج

اس خرابی کو دور کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ نماز کے اندر دو باتیں ہوتی ہیں۔ ایک یہ کہ غیر اختیاری طور پر نماز میں جو خیالات آتے ہیں، ان کے بارے میں یہ بات ذہن نشین کرلیں کہ یہ خیالات آنا کبھی بند نہیں ہوں گے، اور نہ ہی ان کے بند کرنے کا کوئی راستہ ہے۔ دوسرے یہ کہ نماز کی نیت باندھ کر سلام تک ہم اپنا ذہن اور اپنا دل نماز کی طرف متوجہ کرتے رہیں، یہ کام اختیاری ہے۔ ہمارا یہ حال ہے کہ جن غیر اختیاری خیالات کو روکنا ہمارے اختیار میں نہیں ہے، ان کو لے کر بیٹھ جاتے ہیں اور اس کا رونا روتے ہیں، اور جو کام ہمارے اختیار میں ہے، اس کو کرنے کی کوشش نہیں کرتے، لہٰذا دھیان لگنا غیر اختیاری ہے ہم اس کے پیچھے پڑے ہوئے ہیں، اور دھیان لگانا اختیاری ہے اس کو ہم نہیں کرتے، جب کہ حکم بھی دھیان لگانے کا ہے۔ جب ہم اس کی مشق اور کوشش کریں گے تو انشاء اللہ ایک وقت آئے گا کہ ہم اپنا ذہن نماز میں لگانے میں کامیاب ہو جائیں گے۔

کس کی نماز کا ثواب زیادہ ہے

چنانچہ بعض بزرگوں نے یہاں تک فرمایا ہے کہ ایک آدمی وہ ہے جو نماز کی نیت باندھتے ہی اس کا ذہن نماز میں ایسا مشغول ہو جاتا ہے کہ سلام پھیرنے سے اس کا ذہن نماز سے باہر آتا ہے۔ اور دوسرا آدمی وہ ہے کہ نماز کی نیت باندھتے ہی اس کا ذہن اِدھر اُدھر بھٹکتا رہتا ہے لیکن وہ برابر یہ کوشش کرتا رہتا ہے کہ میرا دل نماز میں لگے، یہاں تک کہ پوری نماز اسی کوشش میں ختم ہو جاتی ہے۔ تو ثواب کے اندر یہ دونوں برابر ہیں، بلکہ ہو سکتا ہے کہ دوسرے شخص کا ثواب بڑھ جائے، کیونکہ یہ ایک مجاہدے سے گزر رہا ہے اور بڑی کوشش میں لگا ہوا ہے۔ ہم لوگوں کا یہ حال ہے کہ جو اختیار میں نہیں اس کی فکر میں پڑے رہتے ہیں اور جو اختیار میں ہے اس کو کرتے نہیں ہیں، یہ بڑی نا سمجھی کی بات ہے۔ سمجھ داری کی بات یہ ہے کہ جو چیز

ہمارے اختیار میں ہے اور جس چیز کا ہمیں حکم ہے اس کی فکر کریں اور کوشش کریں۔ اور جس کا حکم نہ ہو یا وہ غیر اختیاری امر ہو اس کی طرف توجہ ہی نہ دیں۔

نماز میں آنے والے خیالات کا پہلا علاج

اب نماز میں خیالات کو روکنے کی جو صورتیں ہیں وہ عرض کردیتا ہوں، جس شخص کے لئے جو صورت آسان ہو وہ اس کو اختیار کرلے۔ ایک صورت یہ ہے کہ نماز کی نیت باندھنے کے بعد ہم یہ تصور باندھتے رہیں کہ میں اللہ تعالیٰ کو دیکھ رہا ہوں، ذہن اگر دوسری طرف چلا جائے تو فوراً یہ تصور دل میں لائیں کہ میں اللہ تعالیٰ کو دیکھ رہا ہوں اور اس کے سامنے نماز پڑھ رہا ہوں۔

دوسرا علاج

دوسری صورت یہ ہے کہ نماز کی نیت باندھنے کے بعد یہ تصور کریں کہ اللہ تعالیٰ مجھے دیکھ رہے ہیں کہ میں کس طرح نماز پڑھ رہا ہوں، کس طرح تلاوت کررہا ہوں، کس طرح قیام کررہا ہوں، کس طرح رکوع کررہا ہوں، کس طرح سجدہ کررہا ہوں۔ اس طرح ہر رکن میں یہ خیال دل میں جماتے رہیں کہ اللہ تعالیٰ مجھے دیکھ رہے ہیں۔

تیسرا علاج

تیسری صورت یہ ہے کہ نماز میں جو تلاوت اور اذکار اور تسبیحات ہیں وہ سب عربی میں ہیں۔ ان کے اردو ترجمہ اور مطلب کی طرف توجہ کریں، جب قرآن کریم کی تلاوت کریں تو اس کے معنی کی طرف توجہ کریں۔ جب رکوع و سجدہ کریں تو ان کی تسبیحات کے معنی کی طرف توجہ کریں۔

چوتھا علاج

چوتھی صورت یہ ہے کہ تلاوت اور اذکار اور تسبیحات کے الفاظ کی طرف توجہ

اور دھیان رکھیں۔ عام لوگوں کے لئے یہ چوتھی صورت بہت آسان ہے، اور انفرادی نماز میں تلاوت اور اذکار ہلکی ہلکی آواز سے اس طرح پڑھیں کہ اپنے کان میں تو آواز پہنچ جائے لیکن برابر والے کی نماز میں خلل نہ آئے۔ پھر اپنے ذہن کو اپنی آواز اور الفاظ کی طرف لگائے، مثلاً اس طرح ذہن لگائے کہ اب سبحان اللہ پڑھ رہا ہوں، اب الحمد للہ پڑھ رہا ہوں، اب سورت پڑھ رہا ہوں۔ اس طرح ذہن الفاظ اور آواز کی طرف لگائے۔

پانچواں علاج

پانچویں صورت یہ ہے کہ ذہن میں یہ تصور باندھے کہ میں بیت اللہ کو دیکھ رہا ہوں، بیت اللہ میرے سامنے ہے، اور میں بیت اللہ کے سامنے نماز پڑھ رہا ہوں۔ اور پوری نماز میں خانہ کعبہ کی طرف تصور جمائے رکھے، اگر تصور بھٹک جائے پھر جمالے۔

چھٹا علاج

چھٹی صورت یہ ہے کہ نماز کے جتنے ارکان ہیں، ان کو سوچ سوچ کر ادا کرے، مثلاً جب نیت باندھ لے تو یہ سوچے کہ اب میں قیام کررہا ہوں، جب رکوع میں جائے تو یہ سوچتا رہے کہ اب میں رکوع ادا کررہا ہوں، جب سجدہ میں جائے تو یہ سوچے کہ اب میں سجدہ کررہا ہوں، جب تشہد میں بیٹھے تو یہ سوچے کہ اب میں تشہد ادا کررہا ہوں۔ اس طرح پوری نماز کے ہر رکن میں سوچتا رہے تو پھر ذہن میں دوسرے خیالات اور وساوس نہیں آئیں گے۔

ان کی مشق کریں

یہ چھ صورتیں ہوگئیں، اب جس شخص کو ان میں سے جس صورت پر عمل کرنا آسان معلوم ہو، وہ نماز کی نیت باندھتے ہی اس صورت کو اختیار کرکے اس پر عمل

کرنا شروع کردے، اور اس پر عمل کرنے کی کوشش اور مشق کرے، کیونکہ یہ چیزیں مشق سے تعلق رکھتی ہیں۔ جب آدمی اس کی مشق کرے گا تو چند روز کے بعد انشاء اللہ اسے کامیابی محسوس ہوگی، اور پھر اس کو نماز کی طرف ذہن لگانا آسان ہوجائے گا، اور اس کے نتیجے میں اس کی نماز میں خشوع و خضوع حاصل ہوجائے گا، اور اس کی ظاہری نماز یعنی اس کے رکوع سجدے اور قومہ اور جلسہ میں بھی ٹھہراؤ آجائے گا اور وہ جلدی جلدی نماز نہیں پڑھے گا۔ اور نماز میں دل کی حفاظت کا یہی مطلب ہے کہ نماز کے ظاہر اور باطن میں سکون اور ٹھہراؤ آجائے، اور اپنا ذہن نماز کے علاوہ کسی اور چیز کی طرف نہ لے جائے۔

نماز پر پانچ انعامات کا وعدہ

ایک حدیث شریف میں ہے کہ جو نماز سکون و اطمینان اور خشوع و خضوع کے ساتھ ادا ہوتی ہے، اس نماز پر اللہ تعالیٰ نمازی کو پانچ انعامات سے نوازتے ہیں۔

پہلا انعام

پہلا انعام یہ ہوگا کہ اللہ تعالیٰ اس کی روزی کی تنگی دور فرمادیں گے۔ یہ روزی دنیا و آخرت کا بہت بڑا مسئلہ ہے، لیکن ایسی نماز کی بدولت اللہ تعالیٰ اس کی دنیاوی تمام ضرورتیں بھی غیب سے مہیا فرمائیں گے، اور قبر اور حشر اور آخرت میں بھی اس کی ضروریات پوری فرمائیں گے، اور اس کو اپنے فضل سے نہایت فراخی اور فراوانی سے مالا مال فرمائیں گے۔ دنیا کا سب سے بڑا وبال وہ فقر و فاقہ اور تنگدستی ہے جو غیر اختیاری طور پر کسی پر آجائے، اس لئے کہ یہ فقر و فاقہ بعض اوقات کفر کا باعث بن جاتا ہے، اسی لئے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فقر و فاقہ سے پناہ مانگی اور یہ دعا فرمائی کہ اے اللہ! میں آپ کی فقر و فاقہ سے اور کفر سے اور دنیا و آخرت کی ذلت اور رسوائی سے پناہ مانگتا ہوں۔ فقر و فاقہ کے نتیجے میں نہ عزت باقی رہتی ہے اور نہ ایمان باقی رہتا ہے۔ اگر ہم اپنی نماز صحیح کرلیں اور نماز میں کمال پیدا کرلیں تو اللہ

تعالیٰ کی طرف سے پہلا انعام یہ ملے گا کہ اللہ تعالیٰ اس کی رزق کی تنگی دور فرمادیں گے

دوسرا انعام

نمازی پر دوسرا انعام یہ ہو گا کہ جب وہ دنیا سے اچھی نماز پڑھ کر جائے گا تو قبر میں جاتے ہی اس کا عذاب قبر معاف کر دیا جائے گا۔

تیسرا انعام

تیسرا انعام یہ ملے گا کہ قیامت کے دن جب آدمی اپنی قبر سے اٹھے گا تو ہر شخص اس وقت بدحواس اور خوف زدہ ہوگا اور بہت ہی پریشان ہوگا، اور سب سے زیادہ اس بات کا غم ہوگا کہ کہیں میرا نامۂ اعمال میرے بائیں ہاتھ میں نہ دے دیا جائے۔ لیکن نمازی کو یہ انعام ملے گا کہ اس کا نامۂ اعمال اس کے دائیں ہاتھ میں دیا جائے گا، اس وقت اس کی خوشی کی انتہا نہ ہوگی اور وہ اپنا نامۂ اعمال لے کر اِدھر اُدھر پھرے گا اور لوگوں سے کہے گا کہ اس کو پڑھ کر دیکھو اس میں کیا لکھا ہے۔ مجھ کو تو پہلے ہی معلوم تھا کہ یہ سب کچھ پیش آنے والا ہے۔ اور مجھ پر اللہ تعالیٰ نے کرم فرمایا کہ میرا نامۂ اعمال میرے دائیں ہاتھ میں دے دیا۔ اور جس شخص کا اعمال نامہ بائیں ہاتھ میں دیا جائے گا تو یہ اس کی ذلت اور رسوائی اور جہنم میں جانے کی علامت ہوگی، العیاذ باللہ!

چوتھا انعام

چوتھا انعام یہ ملے گا کہ نامۂ اعمال کے ملنے کے بعد ہر شخص کو پل صراط سے گزرنا ہوگا، چاہے وہ نیک ہو یا بد ہو، اپنے اپنے اعمال کے مطابق ہر شخص اس پل صراط کو عبور کرے گا، پل صراط کے نیچے دوزخ ہوگی اور پل صراط کے اس پار جنت ہوگی، اور جنت میں داخل ہونے کے لئے پل صراط پر سے گزرنا پڑے گا، جو لوگ دوزخ میں جانے والے ہوں گے وہ اسی پل صراط کے اوپر سے دوزخ کے اندر

گر جائیں گے، اور جو لوگ کامیاب ہوں گے اور جنتی ہوں گے وہ آسانی کے ساتھ اس کو عبور کر جائیں گے۔ اور نمازی پر اللہ تعالیٰ کا یہ انعام ہو گا کہ وہ پلک جھپکنے میں اس پل صراط کو عبور کر جائے گا اور جنت میں پہنچ جائے گا۔

پانچواں انعام

پانچواں انعام یہ ہو گا کہ اللہ تعالیٰ بلا حساب و کتاب اس کی بخشش فرما دیں گے۔ یہ تو ہر مؤمن کی آرزو ہے، ورنہ کس میں یہ طاقت ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کے سامنے حساب و کتاب دے سکے اور جواب دہی کر سکے۔

خلاصہ

بہرحال، یہ نماز ایک ایسی عبادت ہے جس میں ساری عبادات جمع ہیں، اگر یہ درست ہو جائے تو ساری عبادتیں ہماری درست ہو جائیں، اگر ہم نماز کے اندر اپنے دل کی حفاظت کرنے میں لگ جائیں تو اس کی بدولت انشاء اللہ دوسری عبادتوں میں بھی دل کی حفاظت کی توفیق ہو جائے گی۔ اور دوسری عبادتوں میں بھی خشوع و خضوع کا درجہ حاصل ہو جائے گا۔ اس لئے ہم اپنی نماز کے ظاہر کو بھی درست کر لیں اور باطن کو بھی درست کر لیں۔ تو حضرت لقمان علیہ السلام کی پہلی نصیحت یہ ہے کہ جب تم نماز میں ہو تو اپنے دل کی حفاظت کرو۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اس نصیحت پر عمل کرنے اور نماز میں اپنے دل کی حفاظت کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔ باقی نصیحتوں کے بارے میں تفصیل انشاء اللہ آئندہ عرض کروں گا۔

وآخر دعوانا ان الحمد للہ رب العالمین